

 **Filips, 52 gadi, smēķē no 12 gadu vecuma**
03/05/2005

Beļģija

"Pēc tam, kad mans ārsts ieteica man atstāt smēķēšanu, es piezvanīju pa telefonu 0800 111 00 uz dienestu "Stop tabakai!"

Tabakas speciālists ieteica man izmantot nikotīna aizstājējus, kā arī teica, ka es nepieciešamības gadījumā vienmēr varu zvanīt viņam. Tā kā vēlme smēķēt bija ļoti spēcīga, pirmās nedēļas bija smagas un man bija ļoti slikts garastāvoklis.

Ārsta ieteikumu ieviešot, mana sieva un bērni ir sajūsmā. Mājās vairs nav tabakas smakas, un es esmu atklājies no jauna, kādu prieku var dot futbola spēle ar dēlu. Fiziski es jūtos labāk. Un, no otras puses, fakts, ka es beidzot esmu veiksmīgi atstājis smēķēšanu, ir devis man pārliecību par sevi."

Une initiative de l'Union Européenne

